



# PENNSYLVANIAS LEITFADEN ZUR NOTFALLVORSORGE

Informieren Sie sich. Seien Sie vorbereitet.  
Bringen Sie sich ein.

[www.Ready.PA.gov](http://www.Ready.PA.gov)

[ra-empemaextaffairs@pa.gov](mailto:ra-empemaextaffairs@pa.gov)



Ready<sup>®</sup> PA

# Inhaltsverzeichnis

<b>INHALTSVERZEICHNIS</b> .....	Seite 2
<b>EINFÜHRUNG</b> .....	Seite 3
<b>TOP 10 NOTFÄLLE</b> .....	Seiten 3–5
Überschwemmungen • Feuer • Winterstürme • Tropenstürme, Tornados und Gewitter • Influenza (Grippe)-Pandemie • Vorfälle mit gefährlichen Stoffen • Erdbeben und Erdbeben • Nukleare Bedrohung • Dammbbruch • Terrorismus	
<b>AUFKOMMENDE PROBLEME</b>	
Zika-Virus	
<b>SEIEN SIE VORBEREITET - ERSTELLEN SIE EINEN NOTFALLPLAN</b> .....	Seite 6
So erstellen Sie einen Notfallplan für Ihre Familie	
<b>CHECKLISTE FÜR DIE NOTFALLAUSRÜSTUNG ZU HAUSE</b> .....	Seiten 7-9
Zusätzliche besondere Gegenstände	
<b>SEIEN SIE IN IHREM AUTO VORBEREITET</b> .....	Seite 10
So stellen Sie ein Notfall-Kit für Ihr Auto zusammen	
<b>CHECKLISTE FÜR DIE FAHRZEUG-NOTFALLAUSRÜSTUNG</b> .....	Seite 11
<b>SEIEN SIE AM ARBEITSPLATZ VORBEREITET</b> .....	Seite 11
So stellen Sie ein Notfall-Kit für den Arbeitsplatz zusammen	
<b>CHECKLISTE FÜR DIE ARBEITSPLATZ-NOTFALLAUSRÜSTUNG</b> .....	Seite 11
<b>PLANUNG FÜR BESONDERE SITUATIONEN</b> .....	Seiten 12-17
Planung für ältere Mitbürger und Menschen mit besonderen medizinischen Bedürfnissen • Planung für Menschen mit Behinderungen • Planung für gehörlose oder schwerhörige Menschen • Planung für Menschen mit geistiger Behinderung • Planung für blinde Menschen oder Menschen mit Sehbehinderungen • Planung für Kinder • Menschen, die helfen können • Planung für Haustiere, Assistenztiere und Vieh	
<b>NACH EINEM NOTFALL</b> .....	Seite 18
<b>NOTFALLVORSORGE-KONTAKTINFORMATIONEN</b> .....	Seiten 19-20
Kontaktliste Emergency Management Agency (Notfallmanagement-Agentur) /Department of Health (Gesundheitsministerium)	
<b>EMERGENCY PLAN FORM (NOTFALLPLANFORMULAR)</b> .....	Seiten 21-23
Notfallkontaktformular • Allergie- und Arztformular • Menschen mit Behinderungen	

# Warum auf Notfälle vorbereiten?

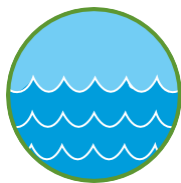
Notfallhelfer helfen nach einem Katastrophenfall, können aber möglicherweise nicht Jeden direkt erreichen. Deshalb ist es sehr wichtig, in einem Notfall mindestens drei Tage alleine überleben zu können. Dies kann bedeuten, dass Sie einen anderen Aufenthaltsort, zusätzliche Nahrungsmittel, Wasser, Erste Hilfe-Utensilien brauchen und andere Grundbedürfnisse haben. Wir können Naturkatastrophen, Notfälle oder Terroranschläge nicht kontrollieren, aber wir können auf sie vorbereitet sein und wissen, was zu tun ist, um für uns und unsere Angehörigen zu sorgen. Dieser Leitfaden hilft Ihnen, besser vorbereitet zu sein, indem Sie mehr über Folgendes erfahren:

- Die verschiedenen Arten von Notfällen
- Wie Sie Notfallpläne und Kits für Ihr Zuhause, Ihr Auto und Ihren Arbeitsplatz zusammenstellen
- Wie Sie im Voraus planen, wenn Sie ein besonderes Bedürfnis haben



## Top 10 mögliche Notfälle

### 1 ÜBERSCHWEMMUNGEN



Eine Überschwemmung ist in Pennsylvania die häufigste Naturkatastrophe und kann auf verschiedene Arten eintreten. Einige Überschwemmungen setzen während einer langen Regenperiode langsam ein, oder wenn Tauwetter auf starken Schneefall folgt. Andere, wie Sturzfluten,

können sehr schnell auftreten. Sogar kleine Bäche und ausgetrocknete Bachläufe können überlaufen, und Überschwemmungen verursachen.

Egal, wo Sie leben, Sie sollten immer auf eine Überschwemmung vorbereitet sein. Erfahren Sie unter [www.Ready.PA.gov](http://www.Ready.PA.gov), wie Sie sich auf Überschwemmungen vorbereiten können und was zu tun ist, wenn eine Sturzflut auftritt, unabhängig davon, ob Sie zu Hause, im Auto oder in der Arbeit sind. FEMA ist eine weitere Quelle für Hochwasserinformationen unter [www.ready.gov](http://www.ready.gov), [www.floodsmart.gov](http://www.floodsmart.gov).

### 2 FEUER

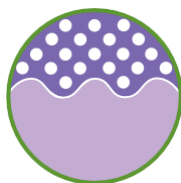


Feuer können sich schnell ausbreiten, in zwei Minuten lebensbedrohlich werden und ein Haus in nur fünf Minuten zerstören. Wenn es brennt, werden giftige Gase in die Luft freigesetzt, wodurch Sie sich schläfrig fühlen und weniger Kontrolle über Ihr Denken und Ihre Bewegungen haben können. Der Hauptgrund, warum Menschen bei Bränden sterben, ist das

Einatmen von Rauch und nicht die Verbrennungen.

Erfahren Sie unter [www.Ready.PA.gov](http://www.Ready.PA.gov), wie Sie sich auf einen Brandnotfall vorbereiten und diesen verhindern können.

### 3 WINTERSTÜRME



Der Nationale Wetterdienst bezeichnet Winterstürme als „deceptive killers“ (trügerische Mörder), weil die meisten Todesfälle keine direkte Folge der Stürme sind. Die Menschen werden bei Verkehrsunfällen auf vereisten Straßen verletzt oder getötet

oder leiden an Unterkühlung (niedrige Körpertemperatur), weil sie längere Zeit der Kälte ausgesetzt sind. Eine weitere große Gefahr bei Winterstürmen besteht darin, dass sie zu Stromausfällen führen können.

Erfahren Sie auf den Websites [www.Ready.PA.gov](http://www.Ready.PA.gov) und PENNDOT unter [www.511pa.com](http://www.511pa.com) mehr darüber, wie Sie sich im Vorfeld auf Winterwetter vorbereiten können.

#### 4 TROPENSTÜRME, TORNADOS UND GEWITTER



Tropenstürme, Tornados und Gewitter können zu schweren Schäden und sehr gefährlichen Wetterkatastrophen führen. Tropenstürme bringen starke Winde und manchmal schwere Überschwemmungen mit sich. Heftige Tornados können plötzlich und ohne Vorwarnung auftreten - manchmal können Sie sie nicht sehen, bis ein Tornadorüssel auftaucht. Gewitter bringen gefährliche Blitze mit sich und sind jedes Jahr eine der Hauptursachen für wetterbedingte Todesfälle in den Vereinigten Staaten.

Erfahren Sie unter [www.Ready.PA.gov](http://www.Ready.PA.gov), wie Sie sich und Ihre Familie auf die Gefahren von Tropenstürmen, Tornados und Gewittern vorbereiten können.

#### 5 INFLUENZA-PANDEMIE (GRIPPE-PANDEMIE)



Wie die saisonale Grippe, an der jährlich viele Menschen erkranken, breitet sich eine Grippepandemie aus, wenn kranke Menschen husten oder niesen und Oberflächen wie Türknöpfe, Aufzugsknöpfe usw. berühren. Im Gegensatz zur saisonalen Grippe haben die Menschen wenig oder keinen Schutz gegen das neue Grippevirus, das eine Pandemie auslöst, an der viel mehr Menschen schwer erkranken.

Wenn Grippepandemien auftreten, werden sie wahrscheinlich noch eine Weile andauern und ein großes Gebiet abdecken, was zu Veränderungen in vielen Bereichen unseres Alltags, einschließlich Schulen, Arbeit, Transport und anderen öffentlichen Dienstleistungen, führen wird. Während einer Grippepandemie können gesunde Menschen ein höheres Risiko für schwere Erkrankungen oder Komplikationen haben.

Erfahren Sie unter [www.Ready.PA.gov](http://www.Ready.PA.gov), was Sie tun müssen, um sich auf eine Grippepandemie vorzubereiten, damit Sie und Ihre Angehörigen geschützt sind und gesund bleiben.

#### 6 VORFÄLLE MIT GEFAHRGUT



Gefahrgut sind Stoffe (wie Chemikalien, Flüssigkeiten oder Gase), die bei Freisetzung oder Missbrauch eine Gefahr für die Umwelt oder die Gesundheit von Menschen darstellen können. Da täglich Gefahrgut auf unseren Straßen, Eisenbahnen, Wasserwegen und in Rohrleitungen transportiert wird, kann ein Zwischenfall mit Gefahrgut überall auftreten und Sie müssen darauf vorbereitet sein, falls in Ihrer Nähe ein Zwischenfall eintritt.

Erfahren Sie unter [www.Ready.PA.gov](http://www.Ready.PA.gov), wie Sie sich vorbereiten können und was zu tun ist.

#### 7 ERDBEBEN UND ERDRUTSCHE

Erdbeben und Erdrutsche sind zerstörerische Naturkatastrophen. Ein Erdbeben ist das plötzliche, schnelle Erschüttern der Erde, das durch das Brechen und Verschieben von Gestein tief unter der Erde verursacht wird. Wenn ein Erdbeben in einer Gegend mit vielen Menschen auftritt, kann dies zu vielen Toten und Verletzten führen. Obwohl die meisten Menschen normalerweise an die Westküste unseres Landes denken,

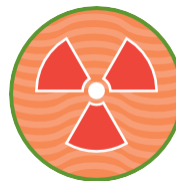


wenn sie an Erdbeben denken, gibt es tatsächlich 45 Staaten und Territorien in den Vereinigten Staaten (einschließlich Pennsylvania), die gefährdet sind.

Erdrutsche treten in allen 50 Staaten auf. Während eines Erdrutsches bewegen sich große Mengen an Gestein, Erde oder anderen Gegenständen einen Abhang hinunter (Hügel, Berg usw.). Sie können durch Stürme, Erdbeben, Feuer und Bauarbeiten ausgelöst werden. Erdrutsche können sich schnell mit sehr hohen Geschwindigkeiten bewegen und mit geringer oder keiner Vorwarnung eintreten. Sie können sich zudem ausgehend von ihrem Ausgangspunkt mehrere Kilometer bewegen und immer größer werden, wenn sie Bäume, Felsbrocken, Autos und andere Materialien mitreißen.

Da sich Erdbeben und Erdrutsche schnell und plötzlich ereignen, ist es wichtig, dass Sie und Ihre Familie sich darauf vorbereiten. Informationen dazu finden Sie unter [www.Ready.PA.gov](http://www.Ready.PA.gov).

#### 8 NUKLEARE BEDROHUNG



Kernkraftwerke verwenden Wärme aus Atomenergie, um Wasser in Dampf umzuwandeln und daraus Strom zu erzeugen. Obwohl die Nuclear Regulatory Commission (Aufsichtsbehörde des Bundes) (NRC) diese Anlagen genau überwacht, sind Unfälle möglich. Ein Unfall könnte gefährliche Strahlungswerte bedeuten, die die Gesundheit und Sicherheit der Menschen in der Nähe des Kernkraftwerks beeinträchtigen könnten. Obwohl das Risiko eines Unfalls nicht hoch ist, kann das Verletzungsrisiko verringert werden, wenn Sie wissen, wie Sie während eines nuklearen Notfalls handeln sollen. Bewohner, die sich im Umkreis von 10 Meilen um ein Kernkraftwerk befinden, sollten die Evakuierungsrouten kennen, die für ihr Gebiet eingerichtet wurden und einen Notfallplan erstellen.

Erfahren Sie unter [www.Ready.PA.gov](http://www.Ready.PA.gov), wie Sie sich auf einen Vorfall in einer Nuklearanlage vorbereiten können.

#### 9 DAMMBRUCH



Wenn ein Staudamm bricht, strömen große Mengen Wasser mit großer Kraft flussabwärts. Dammbürche können mit einer kurzen Vorwarnung eintreten, manchmal innerhalb weniger Stunden nach den ersten Anzeichen eines Dammbbruchs. Es gibt fast 80.000 Staudämme in den Vereinigten Staaten, und etwa ein Drittel davon stellt eine „hohe“ oder „erhebliche“ Gefahr für Ihr Leben und Ihr Eigentum dar, wenn ein Dammbbruch eintritt. Wenn Sie jedoch darauf vorbereitet sind, was während eines Dammbbruchs zu tun ist, können Sie

das Risiko für sich und Ihre Familie erheblich reduzieren. Weitere Informationen zur Vorbereitung auf einen Dammbuch finden Sie unter [www.Ready.PA.gov](http://www.Ready.PA.gov).

## 10 TERRORISMUS



Terrorismus ist definiert als der Einsatz von Gewalt und Einschüchterung, um ein Ziel zu erreichen. Terroristen planen ihre Angriffe normalerweise auf eine Art und Weise, die aufgrund ihrer Ursachen die größte öffentliche Aufmerksamkeit (Berichterstattung) erhält und massive Angst in der Öffentlichkeit schürt. Terrorakte umfassen terroristische Drohungen, Ermordung (Tötung) von

wichtigen Personen, Entführungen, Fahrzeug- oder Flugzeugentführungen (Übernahme eines Fahrzeugs oder Flugzeugs), Bombendrohung und Bombenanschläge, Cyberattacken (computergestützt) und den Einsatz von chemischen, biologischen, nuklearen und radiologischen Waffen.

Terrorismus ist eine kriminelle Handlung, die im Voraus geplant ist. Um dies zu stoppen, müssen wir uns alle dessen im Voraus bewusst sein und uns vorbereiten. Weitere Informationen finden Sie unter [www.Ready.PA.gov](http://www.Ready.PA.gov).

# Aufkommende Probleme

## Zika-Virus

Das Zika-Virus kommt in tropischen Gebieten mit großen Moskitopopulationen vor und ist bekannt dafür, dass es in Afrika, Südostasien, den Pazifikinseln, Südamerika, Mittelamerika, der Karibik und Mexiko zirkuliert. Eine Karte der aktuell betroffenen Regionen finden Sie unter [www.cdc.gov/zika/geo/index.html](http://www.cdc.gov/zika/geo/index.html).

Das Virus wurde erstmals 1947 entdeckt. Zika-Ausbrüche sind wahrscheinlich an vielen Orten aufgetreten, aber der erste dokumentierte Ausbruch erfolgte 2007. Im Mai 2015 begann in Brasilien der aktuelle Ausbruch des Zika-Virus. Seitdem wurde in vielen anderen Ländern und Territorien davon berichtet. Es wird sich wahrscheinlich weiterhin auf neue Gebiete ausbreiten.

Das Zika-Virus wird hauptsächlich durch den Stich eines infizierten Moskitos auf eine Person übertragen. Das Zika-Virus kann sich durch sexuellen Kontakt mit einem männlichen Partner verbreiten, der mit dem Zika-Virus infiziert wurde. Obwohl es seltener vorkommt, kann das Zika-Virus während der Schwangerschaft oder während der Geburt oder durch Bluttransfusionen von einer Mutter auf ein Baby übertragen werden.

### SYMPTOME, DIAGNOSE UND BEHANDLUNG

#### SYMPTOME:

Die meisten Infizierten zeigen überhaupt keine Symptome. Wenn sich Symptome entwickeln, sind sie normalerweise unauffällig und dauern zwei bis sieben Tage. Typische Symptome können sein: Fieber, Ausschlag, Muskel- und/oder Gelenkschmerzen, Konjunktivitis (rote Augen) und Kopfschmerzen.

Schwere Erkrankungen, die einen Krankenhausaufenthalt erfordern, sind ungewöhnlich. Todesfälle durch das Zika-Virus sind selten.

Schwangere Frauen jedoch, die mit dem Zika-Virus infiziert sind, haben ein höheres Risiko für Babys, die mit Mikrozephalie einem Geburtsfehler, bei dem der Kopf des Babys kleiner ist als erwartet, oder andere Geburtsfehlern geboren zu werden.

In früheren Ausbrüchen gab es auch seltene Berichte über das Guillain-Barré-Syndrom und andere neurologische Zustände.

#### DIAGNOSE:

Die Symptome des Zika-Virus ähneln mehreren anderen Krankheiten, deshalb gehört zur Diagnose die Untersuchung von Blut und/oder Urin. In seltenen Fällen werden andere spezielle Tests im Zusammenhang mit der Geburt durchgeführt.

Wenden Sie sich an Ihren Arzt, wenn Sie die oben beschriebenen Symptome entwickeln und ein Gebiet besucht haben, in dem Zika gemeldet ist. Teilen Sie Ihrem Gesundheitsdienst mit, wann und wohin Sie gereist sind.

Die Gesundheitsdienstleister werden sich mit dem Pennsylvania Department of Health abstimmen und Blutproben werden gegebenenfalls an die CDC geschickt. Zika-Tests werden auch von einigen kommerziellen klinischen Laboratorien angeboten.

#### BEHANDLUNG:

Es gibt keine Impfstoffe oder Medikamente zur Vorbeugung oder Behandlung des Zika-Virus. Wenn Sie Symptome entwickeln, die auf das Zika-Virus hinweisen, wenden Sie sich an Ihren Arzt.

# Seien Sie zu Hause vorbereitet

Wenn ein Notfall eintritt, ist es wichtig, einen Aktionsplan für sich und Ihre Familie zu haben. Das Erstellen einer Notfallkontaktliste sowie eines Notfallplans für Ihre Familie und ein vorbereitetes Notfall-Kit sind die wichtigsten Dinge, die Sie tun können, um vorbereitet zu sein.

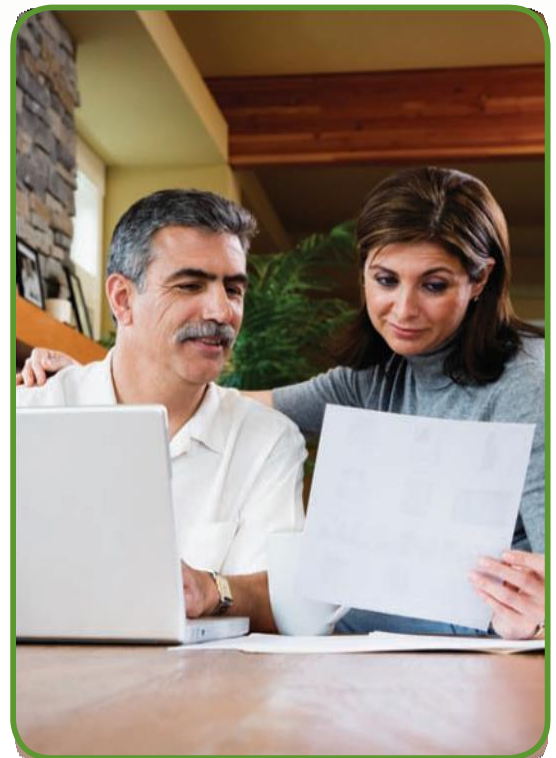
## SO ERSTELLEN SIE EINEN FAMILIEN-NOTFALLPLAN

Ihre Familie ist möglicherweise nicht zusammen, wenn ein Notfall eintritt. Daher ist es wichtig zu wissen, wie Sie miteinander in Kontakt treten, wie Sie wieder zusammenkommen und was Sie im Notfall tun werden. Im Folgenden finden Sie Tipps, wie Sie einen Notfallplan für Ihre Familie erstellen können. Denken Sie daran, dass Ihr Notfallplan mehrmals im Jahr überprüft und aktualisiert werden muss.

1. Treffen Sie sich mit den Familienmitgliedern und sprechen Sie über die Gefahren verschiedener Notfälle, einschließlich Überschwemmungen, Stürme, Atomunfälle und Grippepandemien.
2. Sprechen Sie darüber, wie Sie und Ihre Familie auf jeden möglichen Notfall reagieren werden.
3. Wenn Ihre Familie im Notfall nicht zusammen ist, besprechen Sie vorab, wer die Kinder abholt und wo Sie sich treffen, wenn eine Evakuierung angeordnet wird. Sie sollten sich so weit wie möglich vom Gefahrenbereich entfernt treffen.
4. Besprechen Sie, was zu tun ist, wenn der Strom ausfällt oder wenn jemand verletzt wird.
5. Zeichnen Sie einen Grundriss (Karte) Ihres Hauses. Zeichnen Sie die Fluchtwege aus jedem Zimmer ein.
6. Bringen Sie in Erfahrung, wie Sie Wasser, Gas und Strom an den Hauptschaltern/Hähnen in Ihrem Haus abschalten. Wenn Sie aus irgendeinem Grund die Erdgasversorgung zu Ihrem Haus deaktivieren, rufen Sie Ihr Gasversorgungsunternehmen an, damit dieses die Zufuhr nach dem Notfall wieder aktivieren können. Versuchen Sie nicht, dies selbst zu tun.
7. Bringen Sie die Notrufnummern neben allen Telefonen an. Programmieren Sie Notrufnummern in Telefone mit automatischen Wählfunktionen ein.
8. Bringen Sie Kindern bei, wie und wann Sie 9-1-1 wählen, um im Notfall Hilfe zu erhalten.
9. Bringen Sie Kindern bei, wie sie mit einem vertrauenswürdigen Freund oder Verwandten telefonieren, wenn sie während eines Notfalls nicht bei Ihnen sind. Da es in Notfällen oft einfacher ist, Ferngesprächsnummern anzurufen als örtliche Telefonnummern, sollte sich einer Ihrer Notfallkontakte außerhalb Ihrer Region befinden.
10. Sagen Sie den Familienmitgliedern, dass sie das Radio, das Wetterradio oder den Fernseher für Notfallinformationen einschalten sollen.
11. Legen Sie zwei Treffpunkte fest - einen Ort in Ihrer Nähe und einen Ort außerhalb Ihrer Nachbarschaft - falls Sie nach einem Notfall nicht nach Hause zurückkehren können.
12. Nehmen Sie an einem Erste-Hilfe-Kurs und HLW-Kurs teil. Wenden Sie sich für weitere Informationen an das Amerikanische Rote Kreuz unter [www.redcross.org](http://www.redcross.org) oder rufen Sie 1-800-REDCROSS (1-800-733-2767) an.
13. Bewahren Sie wichtige Familiendokumente und aktuelle Fotos (einschließlich Fotos von Haustieren) in einem wasserdichten und feuerfesten Safe auf. Preiswerte Safes können in den meisten Baumärkten gekauft werden. Kopieren Sie jedes Jahr die Vorder- und Rückseite der Karten in Ihrer Brieftasche und legen Sie eine Kopie in Ihren Safe und in Ihr Notfall-Kit.
14. Erwägen Sie den Beitritt zu einem Community Emergency Response Team (CERT), das die Menschen darauf vorbereitet, sich selbst, ihren Familien und ihren Nachbarn im Falle einer Katastrophe in ihrer Gemeinde zu helfen. Mithilfe des CERT können Bürger die Katastrophenvorsorge erlernen und sich in grundlegenden Katastrophenreaktionsfähigkeiten wie Feuersicherheit, einfachen Such- und Rettungsmaßnahmen und medizinische Katastropheneinsätze schulen lassen. Weitere Informationen zu CERT oder zur Suche nach einem Programm in Ihrer Region erhalten Sie vom State CERT Program Manager unter [ra-empemaextaffairs@pa.gov](mailto:ra-empemaextaffairs@pa.gov).



- Werkzeuge und Verbrauchsmaterialien
  - Tasche/Plastiktüte/Gürteltasche
  - Kochgeschirr oder Pappbecher, Teller, Kunststoffbesteck
  - Nicht elektrischer Dosenöffner
  - Propangaskocher
  - Topf und Pfanne zum Kochen
  - Aluminiumfolie
  - Mehrzweckwerkzeug/Universalmesser
  - Kleiner Feuerlöscher
  - Papier und Bleistift/Stift
  - Zelt
  - Kunststoffolie und Klebeband zur Unterbringung vor Ort (nur nach Anweisung)
  - Zange/Schraubenschlüssel
  - Stemmeisen
  - Kompass
  - Leuchtstäbe
  - Signalleuchte
  - Trillerpfeife
  - Nadel und Faden
  - Schere
  - Streichhölzer in einem wasserdichten Behälter oder Tasche
  - Aufbewahrungsbehälter aus Kunststoff oder Aufbewahrungsbeutel aus Kunststoff
  - Medizinische Pipette
  - Staubmaske (für Staub/Trümmer)
  - Schutzhelm
  - Arbeitshandschuhe
  - Batteriebetriebener Lüfter
- Zusatzschlüssel für Auto und Haus
- Nylonschnur
- Tragbarer Generator, sofern möglich
- Sprühfarbe
- Toilettenpapier/Kosmetiktücher/Papierhandtücher
- Feuchte Reinigungstücher
- Hygieneartikel - Zahnbürste, Zahnpasta, Deodorant usw.
- Artikel für Damenhygiene
- Müllsäcke und Bänder aus Kunststoff
- Desinfektionsmittel
- Seife
- Handtücher/Waschlappen
- Haushaltsbleichmittel
- Kleine Schaufel
- Plastikeimer mit festem Deckel (Innenraumtoilette)





## ZUSÄTZLICHE BESONDERE GEGENSTÄNDE

### Für Kinder:

- Babynahrung für mindestens drei Tage
- Windeln für mindestens drei Tage
- Fläschchen für mindestens drei Tage
- Milchpulver für mindestens drei Tage
- Medikamente für mindestens eine Woche
- Spiele/Aktivitäten
- Spezielles Spielzeug zum Trösten
- Feuchte Reinigungstücher
- Extrakleidung (Größe alle drei Monate überprüfen)
- Anti-Hautausschlag-Salbe
- Notfallkontaktinformationen, falls Sie während eines Notfalls von Angehörigen getrennt werden
- Decken

### Für Erwachsene:

- Mindestvorrat von einer Woche an verschreibungspflichtigen Medikamenten (Herz, Bluthochdruck, Insulin usw.)
- Zahnprothesenbedarf
- Kontaktlinsen und Zubehör
- Zusätzliche Brille
- Spielkarten und Bücher
- Lippenbalsam und Sonnencreme

### Für Personen mit besonderen Bedürfnissen und Senioren

- Mindestvorrat von einer Woche an verschreibungspflichtigen Medikamenten und Informationen zur Dosierung (einschließlich Inhalatoren, Insulin usw.)
- Medizinische Geräte und Bedienungsanleitung
- Zusätzliche Brillen, Kontaktlinsen und Hörgeräte
- Zusatzbatterien für medizinische Geräte (Hörgeräte, Rollstühle, tragbare Sauerstoffgeräte usw.)

### Für Haustiere/Assistentiere

- Tierfutter, Wasser in Flaschen und Vorräte für Ihr Assistentier oder Haustier für mindestens drei Tage
- Medikamente und Krankenakten
- Erste-Hilfe-Ausrüstung für Haustiere
- Zusätzliche Leine und Halsband mit ID-Marke/Hundemarke
- Geschirr/Schüsseln
- Katzenstreu/-klo
- Kopien von Lizenzen
- Name und Telefonnummer des Tierarztes
- Mikrochip- oder Tätowierungsnummer
- Spielzeug
- Leckereien
- Bettwäsche
- Papierhandtücher und Reinigungsbeutel

### Ordner mit wichtigen Dokumenten in einem wasserdichten Behälter

- Aktuelle Familienfotos, einschließlich Fotos von Haustieren
- Kopien von Medicare-/Medicaid- und Krankenversicherungskarten
- Kopien von Geburtsurkunden
- Kopien von Führerscheinen
- Kopien von Gebäude- und Kfz-Versicherungspolizen
- Bankkontonummern
- Bargeld
- Stadtpläne und Landkarten
- Prepaid-Telefonkarten



## Seien Sie in Ihrem Auto vorbereitet

Um bei jeder Katastrophe schnell handeln zu können, sollte Ihre Notfallplanung jede Möglichkeit abdecken. In vielen Fällen kann während einer Autofahrt ein Notfall eintreten oder Sie müssen umgehend evakuieren (verlassen). In diesem Fall ist es wichtig, einen Notfallplan für Ihr Fahrzeug zu haben.

### SO STELLEN SIE EIN NOTFALL-KIT FÜR IHR AUTO ZUSAMMEN

1. Bewahren Sie ein Notfall-Kit in Ihrem Auto auf. Dieser Koffer sollte mit Lebensmitteln, Wasser, Erste-Hilfe-Materialien und anderen Vorräten ausgestattet sein. Eine vollständige Checkliste mit Notfallzubehör für Ihr Fahrzeug finden Sie unten.
2. Halten Sie Ihren Notfallplan bereit, um mit Ihrer Familie zu kommunizieren und wieder zusammen zu kommen, falls Sie während einer Katastrophe getrennt werden.
3. Tanken Sie Ihr Auto voll, wenn eine Evakuierung möglich oder wahrscheinlich ist. Tankstellen können in Notfällen geschlossen werden und bei Stromausfällen kein Benzin pumpen. Planen Sie ein Auto pro Familie, um den Verkehr und Verzögerungen auf den Straßen zu reduzieren.
4. Wenn Sie in Ihrem Fahrzeug evakuieren:
  - Fahren Sie früh genug los, damit Sie nicht durch schlechtes Wetter oder schlechte Luftqualität feststecken.
  - Folgen Sie den empfohlenen Evakuierungsrouten (vermeiden Sie Abkürzungen, weil diese verstopft sein können).
  - Achten Sie auf heruntergefallene Stromleitungen und ausgewaschene Straßen und Brücken. Fahren Sie nicht in überflutete Gebiete.

## Checkliste für die Fahrzeug-Notfallausrüstung

- Taschenlampe und Batterien
- Batteriebetriebenes Radio
- Überbrückungskabel
- Zusätzliche Handyakkus und Ladegerät
- Schneeschaufel
- Streichhölzer und Kerzen
- Erste-Hilfe-Artikel
- Decke, extra warme Kleidung, Handschuhe und Stiefel
- Eiskratzer
- Sand
- Wasser in Flaschen und haltbare Lebensmittel
- Alles, was Sie sonst noch für das Auto benötigen (spezielle Medikamente, Babybedarf, Haustierfutter usw.)



# SEIEN SIE AM ARBEITSPLATZ VORBEREITET

Notfälle können jeden jederzeit und überall treffen. Wenn während der Arbeit eine Katastrophe eintritt, benötigen Sie einen Plan.

## SO STELLEN SIE EIN NOTFALL-KIT FÜR DEN ARBEITSPLATZ ZUSAMMEN

1. Machen Sie sich mit dem Notfallplan und Alarmsystem am Arbeitsplatz vertraut.
2. Nehmen Sie an Feueralarmübungen teil und ignorieren Sie Feueralarme nicht.
3. Stellen Sie sicher, dass Sie wissen, wie Sie entlang der Fluchtwege zu den Treppenausgängen gelangen.
4. Bringen Sie in Erfahrung, wer die Brandschutzbeauftragten Ihres Arbeitgebers sind.
5. Bewahren Sie ein Notfall-Kit (siehe unten) an Ihrem Arbeitsplatz auf.
6. Machen Sie sich mit allen Standorten mit allgemeiner Notfallausrüstung vertraut, einschließlich:
  - AEDs (Automatisierte externe Defibrillatoren)
  - Erste-Hilfe-Kasten
7. Nehmen Sie an einem Erste-Hilfe-Kurs und CPR-Kurs teil.

## Checkliste für die Notfallausrüstung am Arbeitsplatz

Sprechen Sie mit Ihren Kollegen darüber, welche Notfallvorräte ggf. das Unternehmen zur Verfügung stellen kann und welche Sie parat halten sollten. Zu den empfohlenen Notfallvorräten gehören folgende Elemente:

- Wasser in Flaschen - Jede Person benötigt mindestens eine Gallone täglich zum Trinken und Waschen
- Nahrungsmittel - Mindestens ein Vorrat von drei Tagen, der nicht verderben kann
- Batteriebetriebenes Radio und zusätzliche Batterien
- Taschenlampe und zusätzliche Batterien
- Erste-Hilfe-Kasten
- Trillerpfeife als Signal für Hilfe
- Staub- oder Filtermasken
- Feuchte Reinigungstücher
- Schraubenschlüssel oder Zange zum Abschalten der Hausanschlüsse
- Manueller Dosenöffner für Lebensmittel (wenn Konserven enthalten sind)
- Kunststoffolie und Klebeband zum Abdichten des Raums, wenn dazu angewiesen wird
- Müllsäcke und Plastikbänder



# Planung für besondere Situationen

Einige Personen benötigen vor einem Notfall eine zusätzliche Planung, um sicherzustellen, dass im Notfall besondere Bedürfnisse erfüllt werden. Dies schließt junge Kinder, ältere Mitbürger und Menschen mit besonderen Bedürfnissen ein, ist jedoch nicht auf diese beschränkt. Dieser Abschnitt hilft Ihnen auch bei der Planung der Bedürfnisse Ihrer Haustiere, Assistenztiere und Vieh.

## PLANUNG FÜR ÄLTERE MITBÜRGER UND PERSONEN MIT BESONDEREN MEDIZINISCHEN ANFORDERUNGEN

### Medikamente

- Haben Sie immer einen Vorrat Ihrer Medikamente von mindestens einer Woche oder mehr zur Hand.
- Bewahren Sie Ihre Arzneimittel an einem Ort in ihren Originalbehältern auf.
- Halten Sie eine Liste aller Ihrer Arzneimittel bereit und geben Sie den Namen, die Dosis, die Häufigkeit der Einnahme und den Namen des verschreibenden Arztes an.
- Überprüfen Sie regelmäßig die Verfallsdaten von medizinischem Material und Batterien, um sicherzustellen, dass sie funktionsfähig sind.

### Medizinische Versorgung

- Wenn Sie medizinisches Verbrauchsmaterial wie Bandagen, Ostomiebeutel oder Spritzen verwenden, legen Sie einen zusätzlichen Vorrat für drei Tage an.
- Überprüfen Sie regelmäßig die Verbrauchsmaterialien und Batterien, um sicherzustellen, dass sie in einwandfreiem Zustand sind.

### Intravenöse (IV) und Magensonden-Ausrüstung

- Stellen Sie fest, ob Ihre Infusionspumpe über eine Batterie verfügt und wie lange sie im Notfall funktioniert.
- Fragen Sie Ihr Pflegepersonal, wie diese im Falle eines Stromausfalls ohne Strom weiter funktioniert.
- Hängen Sie schriftliche Anweisungen an alle Geräte.

### Sauerstoff- und Atemgeräte

- Wenn Sie Sauerstoff verwenden, halten Sie einen Notvorrat (für drei Tage oder länger) bereit.
- Die Sauerstoffflaschen müssen fest verankert sein, damit sie nicht umkippen. Erkundigen Sie sich bei Ihrem Pflegedienst nach den Anweisungen zur Befestigung.
- Wenn Sie Atemgeräte verwenden, sollten Sie Schläuche, Lösungen, Medikamente usw. für mindestens drei Tage haben.

### Elektrisch betriebene medizinische Geräte

- Für alle medizinischen Geräte, die elektrische Energie benötigen, wie Betten, Beatmungsgeräte, Dialysegeräte oder Infusionspumpen, wenden Sie sich an Ihren Anbieter von medizinischen Produkten, um Informationen über eine Notstromversorgung zu erhalten, beispielsweise eine Batterie oder einen Generator.
- Erkundigen Sie sich bei Ihrem örtlichen Energieversorgungsunternehmen, ob die Notstromversorgung ordnungsgemäß installiert ist.

### Notfall-"Go Bag"

Wenn Sie Ihr Zuhause verlassen müssen, nehmen Sie immer eine Tasche mit folgendem Inhalt mit:

- Eine Medikamentenliste.
- Medizinische Versorgung für mindestens drei Tage.
- Kopien wichtiger medizinischer Papiere wie Versicherungskarten, erweiterte Anweisungen, Vollmacht, usw.
- Wenn Sie Ihr Zuhause verlassen, nehmen Sie unbedingt gekühlte Medikamente und Lösungen mit.

## PLANUNG FÜR MENSCHEN MIT BEHINDERUNGEN

### Medizinische Versorgung

- Wenn Sie einen batteriebetriebenen Rollstuhl, ein Lebenserhaltungssystem oder ein anderes, mit Strom versorgtes Gerät verwenden, wenden Sie sich an Ihren Energieversorger, bevor ein Stromausfall eintritt. Viele Versorgungsunternehmen führen für den Notfall eine Liste und Landkarte mit den Standorten der Kunden, die von Strom abhängig sind. Fragen Sie sie, welche anderen Optionen in Ihrer Nähe verfügbar sind. Wenden Sie sich an den Kundendienst Ihres örtlichen Energieversorgungsunternehmens, um zu erfahren, ob dieser Service in Ihrer Gemeinde verfügbar ist.
- Wenn Sie einen motorisierten Rollstuhl oder einen Roller benutzen, besorgen Sie sich eine zusätzliche Batterie. Ein Rollstuhl kann mit einer Autobatterie betrieben werden, diese hält jedoch nicht so lange wie die Batterie eines Rollstuhls. Bewahren Sie nach Möglichkeit einen leichten Rollstuhl ohne Motor als Backup auf.

### UNTERSTÜTZUNG VON MENSCHEN MIT BEHINDERUNGEN IN EINER KATASTROPFE

- Menschen mit Behinderungen benötigen oft mehr Zeit als andere, um im Notfall die notwendigen Vorkehrungen zu treffen.
- Da Katastrophenwarnungen häufig durch akustische (leicht zu hörende) Signale wie Sirenen und Radiosender ausgegeben werden, erhalten taube oder schwerhörige Personen möglicherweise keine frühen Katastrophenwarnungen und Notfallanweisungen. Seien Sie deren Quelle für Notfallinformationen, die über das Radio oder das Fernsehen gesendet werden.
- Einige Menschen mit Sehbehinderungen, insbesondere ältere Menschen, möchten möglicherweise nicht ihre Wohnung verlassen, wenn die Evakuierungsbenachrichtigung von einem Fremden kommt.
- Bei einer Katastrophe kann ein Assistenztier verwirrt oder desorientiert sein. Menschen, die blind oder sehbehindert sind, sind möglicherweise von anderen abhängig, die sie und ihr Assistenztier während einer Katastrophe in Sicherheit bringen.
- Assistenztiere dürfen sich in Notunterkünften bei den Besitzern aufhalten. Wenden Sie sich an das Amerikanische Rote Kreuz an Ihrem Ort oder an das Notfallmanagement, um weitere Informationen zu erhalten.
- Menschen mit eingeschränkter Mobilität machen sich häufig Sorgen, dass sie beim Heben oder Tragen fallen gelassen werden. Finden Sie heraus, wie Sie jemanden im Rollstuhl am besten transportieren können und welche Notausgänge von Gebäuden am besten geeignet sind.
- Manche Personen mit intellektuellen Beeinträchtigungen können den Notfall möglicherweise nicht verstehen und können desorientiert oder verwirrt darüber sein, wie sie sich richtig verhalten.
- Viele Atemwegserkrankungen können durch Stress verschlimmert werden. Im Notfall sind Sauerstoff- und Beatmungsgeräte möglicherweise nicht ohne Weiteres verfügbar.
- Menschen mit Epilepsie, Parkinson und anderen Erkrankungen haben häufig sehr strenge medizinische Bedürfnisse, die nicht ohne ernsthafte Konsequenzen unterbrochen werden können. Manche Menschen können diese Informationen im Notfall nicht kommunizieren.

## PLANUNG FÜR GEHÖRLOSE ODER SCHWERHÖRIGE MENSCHEN

### Medizinische Versorgung

- Besorgen Sie sich zusätzliche Batterien für Hörgeräte und Implantate und bewahren Sie diese in der Notfallausrüstung auf.
- Warten Sie TTY-Batterien (siehe Handbuch).
- Lagern Sie zusätzliche Batterien für Ihren TTY- und Light Phone-Signalgeber. Beachten Sie das Handbuch in Bezug auf die ordnungsgemäße Wartung der Batterie.
- Bewahren Sie Hörgeräte immer an derselben Stelle auf, damit Sie sie bei einer Katastrophe schnell finden und verwenden können.
  - Zum Beispiel können Sie sie in einem wasserdichten Behälter neben Ihrem Bett aufbewahren, der mit einem Klettverschluss am Nachttisch oder am Bettpfosten befestigt ist. Fehlende oder beschädigte Hörgeräte können unmittelbar nach einer schweren Katastrophe nur schwer ersetzt oder repariert werden.

### Kommunikation

- Legen Sie fest, wie Sie mit dem Notfallpersonal kommunizieren, wenn kein Dolmetscher vorhanden ist oder wenn Sie kein(e) Hörgerät(e) besitzen. Bewahren Sie zusätzliches Papier und Bleistifte in Ihrem Notfalkoffer auf.
- Tragen Sie eine vorab gedruckte Kopie der Schlüsselwortmeldungen bei sich, z. B. „I speak American Sign Language (ASL) and need an ASL interpreter. (Ich spreche Amerikanische Gebärdensprache (ASL) und benötige einen ASL-Dolmetscher.“ „I do not write or read English. (Ich kann Englisch weder lesen noch schreiben.“ „If you make announcements, I will need to have them written or signed. (Wenn Sie Ankündigungen machen, brauche ich diese schriftlich oder in Gebärdensprache).“
- Installieren Sie sowohl akustische (leicht zu hörende) als auch optische Rauchmelder, die batteriebetrieben sind.

## PLANUNG FÜR MENSCHEN MIT BEHINDERUNGEN

### Vor, während und nach einer Katastrophe

- Üben Sie, was Sie während und nach einer Katastrophe tun sollten. Üben Sie das Verlassen der Orte, an denen Sie sich länger aufhalten (Arbeit, Zuhause, Schule usw.), bis Sie sicher sind, wie Sie dies während und nach einer Katastrophe tun sollten.
- Tragen Sie einen schriftlichen Notfallplan mit sich und bewahren Sie Kopien davon an mehreren Orten auf. Stellen Sie sicher, dass Ihr Notfallplan leicht zu lesen und einfach zu verstehen ist.
- Nach einer Katastrophe werden Informationen häufig schnell bekannt gegeben. Überlegen Sie, wie Sie die Dinge erledigen können, die Sie nach einer Katastrophe erledigen müssen. Mit einem kleinen Tonbandgerät, einem Kalender mit Platz für Notizen, Aufgabenlisten usw. können Sie sich an Dinge erinnern.
- Übergeben Sie den Personen in Ihrem persönlichen Unterstützungsnetzwerk Kopien Ihres schriftlichen Notfallplans.

### Kommunikation

- Überlegen Sie, was ein Retter möglicherweise über Sie wissen muss und seien Sie bereit, es kurz und bündig zu sagen, oder halten Sie eine schriftliche Kopie mit Anweisungen bereit, die Folgendes besagt:
  - „I cannot read. (Ich kann nicht lesen.) I supplement my hearing with another communication device. (Ich ergänze mein Gehör mit einem anderen Kommunikationsgerät.) I can point to simple pictures or key words, which you will find in my wallet or emergency supply kit. (Ich kann auf einfache Bilder oder Schlüsselwörter verweisen, die Sie in meiner Brieftasche oder in meiner Notfallausrüstung finden.)“
  - „I may have difficulty understanding what you are telling me. (Ich habe möglicherweise Schwierigkeiten zu verstehen, was Sie mir sagen.) Please speak slowly and use simple language. (Bitte sprechen Sie langsam und verwenden Sie eine einfache Sprache.)“
  - „I forget easily. (Ich vergesse leicht.) Please write down information for me. (Bitte schreiben Sie mir die Informationen auf.)“

## PLANUNG FÜR BLINDE ODER SEHR STARK SEHBEHINDERTE MENSCHEN

### Medizinische Versorgung

- Wenn Sie einen Gehstock verwenden, bewahren Sie Ersatzgehstöcke am selben Ort an Ihrem Arbeitsplatz, zu Hause, in der Schule oder in ehrenamtlichen Einrichtungen usw. auf, damit Sie sich besser bewegen können.
- Bewahren Sie einen Ersatzgehstock in Ihrem Notfallkoffer auf.
- Wenn dies hilfreich ist, kennzeichnen Sie Notvorräte mit großem Aufdruck, fluoreszierendem Band oder Braille.

### Alternative Mobilitätshinweise

- Wenn Sie unter einer Sehschwäche leiden, platzieren Sie in jedem Raum batteriebetriebene Notbeleuchtungen, um den Weg zu beleuchten. Diese Leuchten werden an Steckdosen angeschlossen und leuchten automatisch bei einem Stromausfall. Sie leuchten je nach Typ ein bis sechs Stunden automatisch weiter und können ausgeschaltet und als Taschenlampe verwendet werden.
- Bewahren Sie leistungsstarke Taschenlampen mit breiten Strahlern und zusätzlichen Batterien auf.
- Wenn Sie weiche Kontaktlinsen tragen, die mit Strom gereinigt werden müssen, sollten Sie sie während eines Stromausfalls auf andere Art und Weise reinigen können.
- Assistenztiere können während und nach einer Katastrophe verwirrt, panisch, verängstigt oder desorientiert reagieren. Halten Sie sie sicher im Raum oder an der Leine oder angeschirrt. Eine Leine/Geschirr ist ein wichtiges Element für den Umgang mit einem nervösen oder verärgerten Tier. Seien Sie bereit, sich auf andere Weise fortzubewegen, bis sich Ihr Assistenztier wieder beruhigt hat.
- Seien Sie darauf vorbereitet, dass auditive (hörende) Hinweise, auf die Sie sich normalerweise nach einer schweren Katastrophe verlassen, nicht vorhanden sein können. Ein Beispiel wären hörbare Signale an Straßenkreuzungen usw.

## PLANUNG FÜR KINDER

- Vergewissern Sie sich, dass Ihre Notfallausrüstung ausreichend Babynahrung, Windeln, Flaschen, Spielzeug und Spiele enthält, damit Ihre Kinder nach einer Katastrophe sicher sind und es bequem haben.
- Wenn Kinder eine Vorschule, eine Kindertagesstätte oder eine Schule besuchen, ist es für Eltern oder Erziehungsberechtigte wichtig, den Notfallplan der Schule zu kennen. Überprüfen und aktualisieren Sie regelmäßig die Informationen auf der Notfallkarte Ihres Kindes.
- Erlauben Sie einem vertrauenswürdigen Freund oder Verwandten, der in Ihrer Nähe lebt, Ihre Kinder von der Schule abzuholen, falls Sie nach einer Katastrophe nicht zur Schule kommen können.
- Sagen Sie es vertrauenswürdigen Nachbarn, wenn Ihre Kinder alleine zu Hause sind, damit sie sich um sie kümmern können, wenn Sie bei einer Katastrophe nicht vor Ort sind.



## MENSCHEN, DIE HELFEN KÖNNEN

- Ein wichtiger Teil der Vorbereitung auf eine Katastrophe ist die Planung mit der Familie, Freunden und Nachbarn. Informieren Sie sich, wer zu Ihnen nach Hause kommen kann, wenn andere Transportmittel, wie z. B. öffentliche Busse, nicht funktionieren.
- Sprechen Sie über Ihre Notfallpläne mit Ihrem medizinischen Betreuer.
- Fragen Sie Ihre örtliche Feuerwehr oder Ihre Notfallmanagement-Agentur, ob diese eine Liste von Personen mit besonderen medizinischen Bedürfnissen führen. Ist dies der Fall, stellen Sie sicher, dass die Informationen, die diese Stellen über Sie haben, aktuell sind.
- Wenn Sie Strom für Ihre medizinische Ausrüstung benötigen, informieren Sie das örtliche Stromversorgungsunternehmen vor einer Katastrophe. Einige Unternehmen helfen bei einer Katastrophe zuerst Personen mit besonderen medizinischen Bedürfnissen.
- Führen Sie eine Liste (Namen und Telefonnummern) von Personen, die helfen können:
  - Familie oder Freunde
  - Nachbarn
  - Arzt/Ambulanter Pflegedienst
  - Apotheke
  - Örtliches Krankenhaus
  - Medikamentenlieferanten
  - Überlegen Sie, Mitglied eines Community Emergency Response Teams (CERT) [www.fema.gov/community-emergency-response-team](http://www.fema.gov/community-emergency-response-team) zu werden oder ehrenamtlich als Freiwilliger in Ihrer Gemeinde tätig zu sein. Informationen über die Notfallregistrierungsbehörde des Staates in Pennsylvania (SERVPA) finden Sie unter [www.serv.pa.gov](http://www.serv.pa.gov).

## PLANUNG FÜR HAUSTIERE, ASSISTENZTIERE UND VIEH

Wenn Sie Haustiere, Assistenztiere oder Nutztiere haben, müssen Sie diese in Ihre Notfallplanung einbeziehen. Wenn Sie über die Katastrophenvorsorge für Ihre Tiere nachdenken, denken Sie daran, dass das Beste für Sie im Allgemeinen auch das Beste für Ihre Tiere ist. Wenn Sie Ihr Haus evakuieren, lassen Sie KEINE Tiere zurück. Die meisten Notunterkünfte lassen zwar nur Assistenztiere zu. Andere Haustiere werden aber separat in einem Tierheim untergebracht, das sich normalerweise in unmittelbarer Nähe zu Ihrer Notunterkunft befindet.

Ergänzen Sie Ihre Notfallausrüstung um folgende Artikel für Haustiere und Assistenztiere:

- Genügend Tierfutter und Wasser in Flaschen für mindestens drei Tage (wenn möglich 1 - 2 Wochen)
- Medikamente
- Veterinärakten für jedes Ihrer Haustiere (einschließlich eines Hinweises, der es Rettungskräften ermöglicht, Ihr Tier bei Bedarf medizinisch zu behandeln)
- Anmeldungs- und/oder Adoptionspapiere
- Notfallkontakte
- Katzenstreu/-klo oder Taschen
- Manueller (nicht elektrischer) Dosenöffner
- Essgeschirr und Wassernäpfe
- Löffel
- Erste-Hilfe-Ausrüstung für Haustiere
- Tuch oder Wärmedecke
- Halsband und Leine mit Marke
- Leckereien und Lieblingsspielzeug(e)





- Sprechen Sie mit Ihrem Tierarzt über die Evakuierung und Notfallversorgung Ihrer Tiere.
- Entwickeln Sie ein Kumpel-System mit vertrauten Nachbarn, Freunden und Verwandten, um sicherzustellen, dass jemand Ihre Haustiere pflegen oder bewegen kann, wenn Sie dies nicht tun können.
- Aus Gründen der öffentlichen Gesundheit lassen viele Notunterkünfte mit Ausnahme von Assistenztieren keine Haustiere zu. Haustiere sind normalerweise getrennt in Unterkünften untergebracht, die von örtlichen Tierunterstützungsgruppen betrieben werden.
- Informieren Sie sich vorab, welche Hotels Haustiere akzeptieren.
- Halten Sie eine Transportkiste, ein Halsband und eine Leine für Ihre Haustiere bereit.
- Halten Sie alle Impfungen auf dem neuesten Stand.
- Vergewissern Sie sich, dass Sie mehr als eine Möglichkeit haben, Ihre Haustiere zu identifizieren (z. B. eine Hundemarke und einen Mikrochip). Die Erkennungsmarken sollten auf dem neuesten Stand und sicher am Halsband Ihres Haustieres befestigt sein. Fügen Sie nach Möglichkeit auch die Adresse und/oder Telefonnummer Ihrer Evakuierungsstelle bei. Sie möchten möglicherweise, dass Ihr Tierarzt Ihren Haustieren Mikrochips implantiert und/oder sie tätowiert, um sie dauerhaft identifizieren zu können.
- Halten Sie eine Kopie der Krankenakte und eine Liste der erforderlichen Arzneimittel bereit. Erstellen Sie unterschiedliche Listen für jedes Ihrer Haustiere.
- Wenn Sie Tiere zurücklassen müssen, befestigen Sie hoch oben an Ihrem Haus (wie einem Fenster oder einer Tür) ein Schild, das für Rettungskräfte leicht zu erkennen ist. Stellen Sie sicher, dass das Schild die Art und Anzahl der verbleibenden Tiere enthält. Lassen Sie für die Retter ausreichend Futter und Wasser zurück. Bringen Sie die Tiere für die Art von Notfall, den Sie erleben, im sichersten Teil Ihres Hauses unter. Zum Beispiel sollten Ihre Tiere nicht im Keller bleiben, falls Hochwasser wahrscheinlich ist.

## Vieh

- Bereiten Sie einen Evakuierungsplan für Vieh vor. Ihr Plan sollte eine Liste mit Ressourcen enthalten, z. B. Lkws, Anhänger, Gras und/oder Futtermittel, die für eine Evakuierung erforderlich sind. Der Plan sollte auch eine Person oder Personen (zusammen mit ihren Telefonnummern) auflisten, die in der Lage sind, Tore und Türen zu öffnen und es Notfall Helfern leicht machen, Ihre Tiere zu erreichen.
- Halten Sie Halfter und Gurte bereit.
- Halten Sie eine Kopie der Krankenakte und eine Liste der erforderlichen Arzneimittel bereit. Erstellen Sie für jedes Tier eine eigene Liste.
- Wenn Sie Tiere zurücklassen müssen, befestigen Sie hoch oben am Gebäude (wie einem Fenster oder einer Tür) ein Schild, das für Rettungskräfte leicht zu erkennen ist. Stellen Sie sicher, dass das Schild die Art und Anzahl der verbleibenden Tiere enthält. Lassen Sie für die Retter ausreichend Futter und Wasser zurück.

## Weitere Informationen

- Gruppen, deren Bedürfnisse von traditionellen Dienstleistern möglicherweise nicht erfüllt werden können, können sich an das Pennsylvania State Animal Response Team wenden. Weitere Informationen finden Sie unter [www.pasart.us](http://www.pasart.us).



## Nach einem Notfall

Nach einem Notfall kann es immer noch Gefahren geben. Wenn Sie Ihre Schritte vor und während einer Katastrophe planen, sollten Sie unbedingt auch einen Plan für das Danach erstellen. Was Sie als nächstes tun, kann Ihr Leben und das Leben anderer retten:

- Bleiben Sie ruhig. Helfen Sie Familienmitgliedern oder Nachbarn, die möglicherweise Hilfe brauchen.
- Überprüfen Sie, ob Ihre Umgebung sicher ist. Achten Sie bei biologischen, chemischen oder radiologischen Bedrohungen auf die Anweisungen der lokalen Radio- oder Fernsehsender, welche sicheren Orte Sie aufsuchen sollen.
- Einige Gefahren durch Naturgewalten wie heftige Stürme oder Erdbeben können in den nächsten Tagen erneut auftreten. Seien Sie weiterhin vorsichtig und befolgen Sie die Sicherheitshinweise.
- Lassen Sie Ihren örtlichen Notfallsender eingeschaltet. Informationen können sich nach einer schweren Katastrophe schnell ändern, achten Sie daher regelmäßig auf Aktualisierungen. Wenn der Strom noch ausgefallen ist, benutzen Sie ein batteriebetriebenes Radio, Fernseher oder Autoradio.
- Waschen Sie kleine Wunden mit Seife und Wasser. Um sich vor Infektionen zu schützen, verwenden Sie Verbände und ersetzen Sie diese, wenn sie verschmutzt, beschädigt oder von Wasser durchtränkt sind.
- Halten Sie sich von den Straßen fern, damit die Rettungskräfte (wie Rettungsfahrzeuge und Feuerwehrfahrzeuge) schnell dorthin gelangen können, wo sie benötigt werden.
- Vermeiden Sie die Benutzung des Telefons (Mobilfunk oder Festnetz), wenn eine große Anzahl von Häusern in Ihrer Umgebung von einer Katastrophe betroffen ist. Notfallhelfer müssen über freie Telefonleitungen verfügen, damit sie den Menschen schnell helfen können. Verwenden Sie das Telefon in der unmittelbaren Zeit nach einer Katastrophe nur, um lebensbedrohliche Zustände zu melden und Ihren Notfallkontakt außerhalb der Stadt anzurufen.
- Schalten Sie empfindliche elektrische Geräte wie Computer, DVD-Player und Fernsehgeräte aus, um zu verhindern, dass diese bei Wiederherstellung der Stromversorgung beschädigt werden. Sie sollten auch die wichtigsten elektrischen und gasbetriebenen Geräte (z. B. Herde, Kühlschränke und Waschmaschinen) ausschalten, die eingeschaltet waren, als der Strom abgeschaltet wurde, um Stromstöße zu vermeiden, wenn der Strom wieder eingeschaltet wird.
- Halten Sie die Türen von Kühl- und Gefrierschränken so lange wie möglich geschlossen, damit sie kalt bleiben. In den Centers for Disease Control and Prevention (Zentren für Seuchenbekämpfung und Prävention) finden Sie nach einer Katastrophe weitere Informationen zur Lebensmittel- und Wassersicherheit.
- Verwenden Sie den Backofen nicht zum Heizen Ihres Hauses - dies kann zu Feuer oder tödlichen Gasen führen.
- Seien Sie beim Fahren äußerst vorsichtig. Wenn Verkehrsampeln ausgefallen sind, betrachten Sie jede Ampel/Schild als Stoppschild - halten Sie an jeder Kreuzung an und sehen Sie sich um, bevor Sie weiterfahren.
- Rufen Sie NICHT 9-1-1 an, um einen Stromausfall zu melden oder um andere Informationen über den Notfall zu erhalten. Selbst während oder nach einer Katastrophe sollte 9-1-1 nur für Notfälle verwendet werden. Im Falle eines Stromausfalls benutzen Sie ein batteriebetriebenes Gerät, um Nachrichten und Aktualisierungen von Radiosendern zu hören.



## KINDER ERFORDERN NACH EINEM NOTFALL BESONDERE AUFMERKSAMKEIT

- Ermutigen Sie Kinder, über ihre Ängste zu sprechen. Lassen Sie sie Fragen stellen und Ihnen mitteilen, wie sie sich fühlen. Hören Sie wenn möglich als Familie zu.
- Beruhigen Sie sie liebevoll.
- Versichern Sie ihnen, dass sie in Sicherheit sind und beantworten Sie ihre Fragen ehrlich.
- Erzählen Sie ihnen in verständlicher Art und Weise, was gerade geschieht. Sagen Sie ihnen, dass sie für das, was passiert ist, nicht verantwortlich sind. Schränken Sie die Menge der Nachrichten, die sie im Radio hören oder im Fernsehen sehen, ein.
- Halten Sie sie im Arm und umarmen Sie sie oft.
- Wenn Sie wieder zur Schule gehen, sollten Sie sie dazu anregen, mit Lehrern oder Schulberatern über ihre Probleme zu sprechen und Spiele zu spielen, Fahrrad zu fahren und alle anderen Dinge zu tun, die sie vor der Katastrophe getan haben.

## Wichtige Kontaktinformationen

### RUFEN SIE BEI EINEM NOTFALL 9-1-1 AN.

Es gibt viele Dinge, die Sie tun können, um Ihre Familie und Ihre Gemeinde auf einen Notfall in der öffentlichen Gesundheit vorzubereiten. Um mehr zu erfahren, rufen Sie das Pennsylvania Department of Health (Gesundheitsministerium) unter 1-877-PA-HEALTH, 1-877-724-3258 an, besuchen Sie [www.health.pa.gov](http://www.health.pa.gov) oder wenden Sie sich an die unten aufgelistete Gesundheitsabteilung Ihres Bezirks/Ihrer Gemeinde:

- Pennsylvania ReadyPA: [www.Ready.PA.gov](http://www.Ready.PA.gov)
- Pennsylvania Department of Health (Gesundheitsamt): 1-877-PA-HEALTH, 1-877-724-3258, [www.health.pa.gov](http://www.health.pa.gov)
- Pennsylvania Emergency Management Agency (Notfallmanagement-Agentur): [www.pema.pa.gov](http://www.pema.pa.gov)
- Amerikanisches Rotes Kreuz: 1-800-435-7669, [www.redcross.org](http://www.redcross.org)
- Ready America: [www.ready.gov](http://www.ready.gov)
- Pennsylvania Poison Control Centers (Pennsylvania Giftkontrollzentren): 1-800-222-1222

### Kontaktliste Emergency Management Agency (Notfallmanagement-Agentur) (EMA)/Department of Health (Gesundheitsministerium) (DOH)

Es ist wichtig zu wissen, wer Ihnen in Ihrer Gemeinde bei einer Katastrophe helfen kann, insbesondere wenn Sie besondere Bedürfnisse haben. Ihre County Emergency Management Agency (County Notfallmanagement-Agentur) kann Ihnen helfen, sich im Vorfeld auf Notfälle vorzubereiten.

#### Notfallkontaktliste (auszufüllendes Formular)

Erstellen Sie eine Notfallkontaktliste. Bitten Sie mehrere Freunde oder Familienmitglieder, die außerhalb Ihrer Region wohnen, Notfallkontakt zu sein, um nach einer Katastrophe Informationen über Sie und Ihre Familie zu erhalten. Es ist häufig einfacher, aus einem Katastrophengebiet nach außerhalb eines Staates ein Ferngespräch zu führen als andere Personen im Katastrophengebiet anzurufen. Alle Ihre Familienmitglieder sollten die Kontaktperson anrufen, um dieser mitzuteilen, wo sie sich befinden und wie es ihnen geht. Im Gegenzug sollte sich Ihre Kontaktperson mit Ihren anderen Freunden und der Familie in Verbindung setzen. Dies trägt auch dazu bei, die Anzahl der Anrufe zu begrenzen, die in einem Katastrophengebiet ein- und ausgehen, sobald die Telefone wieder funktionieren.

- Seite 20 - Kontaktinformationen des County
- Seite 21–23 - Notfallplanvorlage für besondere Bedürfnisse

## EMA/DOH-Kontaktliste

Es ist wichtig zu wissen, wer Ihnen in Ihrer Gemeinde bei einer Katastrophe helfen kann, insbesondere wenn Sie besondere Bedürfnisse haben. Ihre County Emergency Management Agency (County Notfallmanagement-Agentur) kann Ihnen helfen, sich auf Notfälle vorzubereiten, bevor sie eintreten:

**Adams County**  
(717) 334-8603

**Allegheny County**  
(412) 473-2550

**Armstrong County**  
(724) 548-3431

**Beaver County**  
(724) 775-1700

**Bedford County**  
(814) 623-9117

**Berks County**  
(610) 374-4800

**Blair County**  
(814) 940-5903

**Bradford County**  
(570) 265-5022  
Nebenstelle 200

**Bucks County**  
(215) 340-8700

**Butler County**  
(724) 284-5211

**Cambria County**  
(814) 472-2050

**Cameron County**  
(814) 486-9352

**Carbon County**  
(570) 325-3097

**Centre County**  
(814) 355-6745

**Chester County**  
(610) 344-5000

**Clarion County**  
(814) 226-6631

**Clearfield County**  
(814) 765-5357  
Nebenstelle 1

**Clinton County**  
(570) 893-4090  
Nebenstelle 209

**Columbia County**  
(570) 389-5720

**Crawford County**  
(814) 724-2552

**Cumberland County**  
(717) 218-2902

**Dauphin County**  
(717) 558-6801

**Delaware County**  
(610) 565-8700

**Elk County**  
(814) 776-5314

**Erie County**  
(814) 451-7922

**Fayette County**  
(724) 430-1277

**Forest County**  
(814) 755-3541

**Franklin County**  
(717) 264-2813

**Fulton County**  
(717) 485-3201

**Greene County**  
(724) 627-5387

**Huntingdon County**  
(814) 643-6613

**Indiana County**  
(724) 349-9300

**Jefferson County**  
(814) 849-5052

**Juniata County**  
(717) 436-7730

**Lackawanna County**  
(570) 307-7300

**Lancaster County**  
(717) 664-1200

**Lawrence County**  
(724) 658-7485

**Lebanon County**  
(717) 272-7621

**Lehigh County**  
(610) 782-4600

**Luzerne County**  
(570) 820-4400

**Lycoming County**  
(570) 433-4461

**McKean County**  
(814) 887-5070

**Mercer County**  
(724) 662-2603

**Mifflin County**  
(717) 248-9645

**Monroe County**  
(570) 992-4113

**Montgomery County**  
(610) 631-6530

**Montour County**  
(570) 271-3047

**Northampton County**  
(610) 746-3194  
Nebenstelle 2226

**Northumberland County**  
(570) 988-4217

**Perry County**  
(717) 582-2131  
Nebenstelle 2256

**Philadelphia County**  
(215) 686-4465

**Pike County**  
(570) 296-6714

**Pittsburgh, City of**  
(412) 255-2633

**Potter County**  
(814) 274-8900

**Schuylkill County**  
(570) 622-3739

**Snyder County**  
(570) 372-0535

**Somerset County**  
(814) 445-1515

**Sullivan County**  
(570) 946-5010

**Susquehanna County**  
(570) 278-5460

**Tioga County**  
(570) 724-9110

**Union County**  
(570) 523-3201

**Venango County**  
(814) 432-9745

**Warren County**  
(814) 563-2220

**Washington County**  
(724) 228-6911

**Wayne County**  
(570) 253-1622

**Westmoreland County**  
(724) 600-7301

**Wyoming County**  
(570) 836-2828

**York County**  
(717) 840-2990

Das öffentliche Gesundheitsnetz von Pennsylvania setzt sich aus 60 State Health Centers und 10 County and Municipal Health Departments zusammen. Wenden Sie sich bei Fragen zur medizinischen Vorbereitung an Ihre zuständige unten aufgelistete Abteilung.

1-877-PA-HEALTH  
(1-877-724-3258)

**Allegheny County Health Department**  
(412) 578-8352

**Allentown Bureau of Health**  
(610) 437-7510

**Bethlehem Health Bureau**  
(610) 865-7083

**Bucks County Department of Health**  
(215) 345-3321

**Chester County Health Department**  
(610) 344-6083

**Erie County Department of Health**  
(814) 451-6700

**Montgomery County Health Department**  
(610) 278-5117 X6713

**Philadelphia Department of Public Health**  
(215) 685-6741

**Wilkes-Barre City Health Department**  
(570) 208-4268

**York City Bureau of Health**  
(717) 849-2441

# NOTFALLPLAN FÜR PERSONEN MIT BEHINDERUNGEN UND ÄLTERE EINWOHNER PENNSYLVANIAS



Stellen Sie sicher, dass Sie und Ihre Familie und Freunde im Notfall einen Plan haben. Setzen Sie sich vor einem Notfall zusammen und entscheiden Sie, wie Sie miteinander in Kontakt treten, mit welchen Problemen der Mobilität und/oder Medikation umgegangen werden muss und was Sie in einem Notfall tun sollen. Bewahren Sie eine Kopie dieses Plans in Ihrem Notfalkoffer oder an einem anderen sicheren Ort auf, an dem Sie ihn im Katastrophenfall schnell finden können.

## NOTFALLKONTAKTE

Name des ersten Kontakts	Name des zweiten Kontakts
Telefonnummer	Telefonnummer
E-Mail	E-Mail
Beziehung	Beziehung

## BESONDERE MEDIZINISCHE BEDÜRNISSSE ODER BEHINDERUNGEN (wie Diabetes, Epilepsie, Herzerkrankungen, Bluthochdruck usw.)

Besondere medizinische Bedürfnisse / Behinderung	Besondere medizinische Bedürfnisse / Behinderung
Besondere medizinische Bedürfnisse / Behinderung	Besondere medizinische Bedürfnisse / Behinderung

## MEDIKAMENTE

Name des Medikaments	Name des Medikaments
Grund für die Einnahme	Grund für die Einnahme
Dosis und Häufigkeit der Einnahmen	Dosis und Häufigkeit der Einnahmen
Name des Medikaments	Name des Medikaments
Grund für die Einnahme	Grund für die Einnahme
Dosis und Häufigkeit der Einnahmen	Dosis und Häufigkeit der Einnahmen

## ALLERGIEN

Allergie	Allergie
Was geschieht	Was geschieht
Allergie	Allergie
Was geschieht	Was geschieht

## VERWENDETE MEDIZINISCHE VORRICHTUNGEN (Dies kann einen Rollstuhl, Krücken, Heimdialyse, Atemschutzmaske, Sauerstoff usw. einschließen.)

Art der Ausrüstung	Art der Ausrüstung
Art der Ausrüstung	Art der Ausrüstung

## WICHTIGE INFORMATIONEN:

## TELEFONNUMMER

## VERSICHERUNGSNUMMER (falls erforderlich)

Name des Arztes		
Anderer Arzt		
Apotheker		
Krankenversicherung		
Hausbesitzer-/Mietversicherung		
Tierarzt/Zwinger (für Haustiere)		



Stellen Sie sicher, dass Sie und Ihre Familie und Freunde im Notfall einen Plan haben. Setzen Sie sich zusammen bevor ein Notfall eintritt und entscheiden Sie, wie Sie miteinander in Kontakt treten, mit welchen Problemen der Mobilität und/oder Medikation umgegangen werden muss und was Sie in einem Notfall tun sollen. Bewahren Sie eine Kopie dieses Plans in Ihrem Notfalkoffer oder an einem anderen sicheren Ort auf, an dem Sie ihn im Katastrophenfall schnell finden können.

Name des Kontaktes außerhalb der Stadt:	Telefonnummer:
E-Mail	Telefonnummer:
Treffpunkt in der Nachbarschaft:	Telefonnummer:
Regionaler Treffpunkt:	Telefonnummer:
Evakuierungsort:	Telefonnummer:

**Füllen Sie die folgenden Informationen für jedes Familienmitglied aus und halten Sie sie auf dem neuesten Stand.**

Geburtsdatum:	Wichtige medizinische Informationen:
Name:	Wichtige medizinische Informationen:
Geburtsdatum:	Wichtige medizinische Informationen:
Name:	Wichtige medizinische Informationen:
Geburtsdatum:	Wichtige medizinische Informationen:
Name:	Wichtige medizinische Informationen:
Geburtsdatum:	Wichtige medizinische Informationen:
Name:	Wichtige medizinische Informationen:
Geburtsdatum:	Wichtige medizinische Informationen:
Name:	Wichtige medizinische Informationen:
Geburtsdatum:	Wichtige medizinische Informationen:
Name:	Wichtige medizinische Informationen:

Schreiben Sie auf, wo Ihre Familie die meiste Zeit verbringt: Arbeit, Schule und andere Orte, die Sie häufig besuchen. Schulen, Kindertagesstätten, Arbeitsplätze und Wohngebäude sollten über standortspezifische Notfallpläne verfügen, über die Sie und Ihre Familie Bescheid wissen müssen.

**Arbeitsort 1**

Adresse: \_\_\_\_\_  
 Telefonnummer: \_\_\_\_\_  
 Evakuierungsstandort \_\_\_\_\_

**Arbeitsort 2**

Adresse: \_\_\_\_\_  
 Telefonnummer: \_\_\_\_\_  
 Evakuierungsstandort \_\_\_\_\_

**Arbeitsort 3**

Adresse: \_\_\_\_\_  
 Telefonnummer: \_\_\_\_\_  
 Evakuierungsstandort \_\_\_\_\_

**Andere Ort, den Sie häufig besuchen**

Adresse: \_\_\_\_\_  
 Telefonnummer: \_\_\_\_\_  
 Evakuierungsstandort \_\_\_\_\_

**Schulstandort 1**

Adresse: \_\_\_\_\_  
 Telefonnummer: \_\_\_\_\_  
 Evakuierungsstandort \_\_\_\_\_

**Schulstandort 2**

Adresse: \_\_\_\_\_  
 Telefonnummer: \_\_\_\_\_  
 Evakuierungsstandort \_\_\_\_\_

**Schulstandort 2**

Adresse: \_\_\_\_\_  
 Telefonnummer: \_\_\_\_\_  
 Evakuierungsstandort \_\_\_\_\_

**Andere Ort, den Sie häufig besuchen**

Adresse: \_\_\_\_\_  
 Telefonnummer: \_\_\_\_\_  
 Evakuierungsstandort \_\_\_\_\_

Wichtige Informationen	Name	Versicherungsnummer
Arzt(Ärzte):		
Andere:		
Apotheker:		
Krankenversicherung:		
Hausbesitzer-/Mietversicherung:		
Tierarzt/Zwinger (für Haustiere):		

Wählen Sie 911 für Notfälle



Stellen Sie sicher, dass Sie und Ihre Familie und Freunde im Notfall einen Plan haben. Setzen Sie sich zusammen bevor ein Notfall eintritt und entscheiden Sie, wie Sie miteinander in Kontakt treten, mit welchen Problemen der Mobilität und/oder Medikation umgegangen werden muss und was Sie in einem Notfall tun sollen. Bewahren Sie eine Kopie dieses Plans in Ihrem Notfallkoffer oder an einem anderen sicheren Ort auf, an dem Sie ihn im Katastrophenfall schnell finden können.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Fehlender Text

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Fehlender Text

FALTEN  
< HIER >

## Notfallplan für Familien

NOTFALL-KONTAKTNAME: .....

TELEFON: .....


NAME DES KONTAKTES AUSSERHALB DER STADT: .....

TELEFON: .....

NAME NACHTBARSCHAFTSTREFFEN: .....

TELEFON: .....

ANDERE WICHTIGE INFORMATIONEN: .....

WÄHLEN SIE 911 FÜR NOTFÄLLE 

## Notfallplan für Familien

NOTFALL-KONTAKTNAME: .....

TELEFON: .....


NAME DES KONTAKTES AUSSERHALB DER STADT: .....

TELEFON: .....

NAME NACHTBARSCHAFTSTREFFEN: .....


TELEFON: .....

ANDERE WICHTIGE INFORMATIONEN: .....

WÄHLEN SIE 911 FÜR NOTFÄLLE 

## NOTFALLPLAN FÜR MENSCHEN MIT BEHINDERUNGEN UND ÄLTERE EINWOHNER PENNSYLVANIANS

Stellen Sie sicher, dass Sie und Ihre Familie und Freunde im Notfall einen Plan haben. Füllen Sie diese Karten aus und geben Sie jedem eine Karte, damit Sie wissen, wen Sie anrufen können und welche Schritte im Notfall zu unternehmen sind.

Notfallplan


Name des ersten Kontakts Telefon

---

Name des zweiten Kontakts Telefon

---

Arzt Telefon

---

Besondere medizinische Bedürfnisse / Behinderungen

---

WÄHLEN SIE 911 FÜR NOTFÄLLE

**WICHTIGE MEDIZINISCHE INFORMATIONEN**

Medikamente

---

Allergien

---

Verwendete Ausrüstung



Seien Sie informiert. Seien Sie vorbereitet. Beteiligen Sie sich.

[www.Ready.PA.gov](http://www.Ready.PA.gov)

[ra-empemaextaffairs@pa.gov](mailto:ra-empemaextaffairs@pa.gov)

Überarbeitet 3/2019